

**EUSKAL  
MENDIZALE  
FEDERAZIOA**



Betidanik betiko



1924-2024

# MENDI UDALEKUAK BELAGUA 2024

COLONIAS DE MONTAÑA  
BELAGUA 2024

**EUSKARAZ**

# SARRERA / INTRODUCCIÓN

Mendi Udalekuak 2024ko PROPOSAMENA:

7 EGUN, IGANDETIK LARUNBATERA:

7 egun eta 6 gaueko udaleku itxiak egiteko proposamena jasotzen da, Belaguan eta inguruetan, behar den guztiarekin, behar bezala garatzeko.

Honakoan, 7 jarduera egun (igandetik larunbatera) aurkezten dira Belagua inguruan egiteko. Oinarrizko kanpamentu gisa Belaguako aterpea proposatzen da, non astean zehar gaua igaroko duten eta pentsio osoa izango duten parte-hartzaileek eta antolatzaileek. (Janaria prest egongo da jarduerak kudeatzeko beharrezkoa denean).

Proposamen honen helburua mendizaleasuna eta ingurumenarekiko elkartasun- eta errespetu-balioak sustatzea da. Bertan, aisialdirako beste aukera bat emango zaie mendizaleei, abenturaz eta naturaz beteriko proposamen erakargarri batekin.

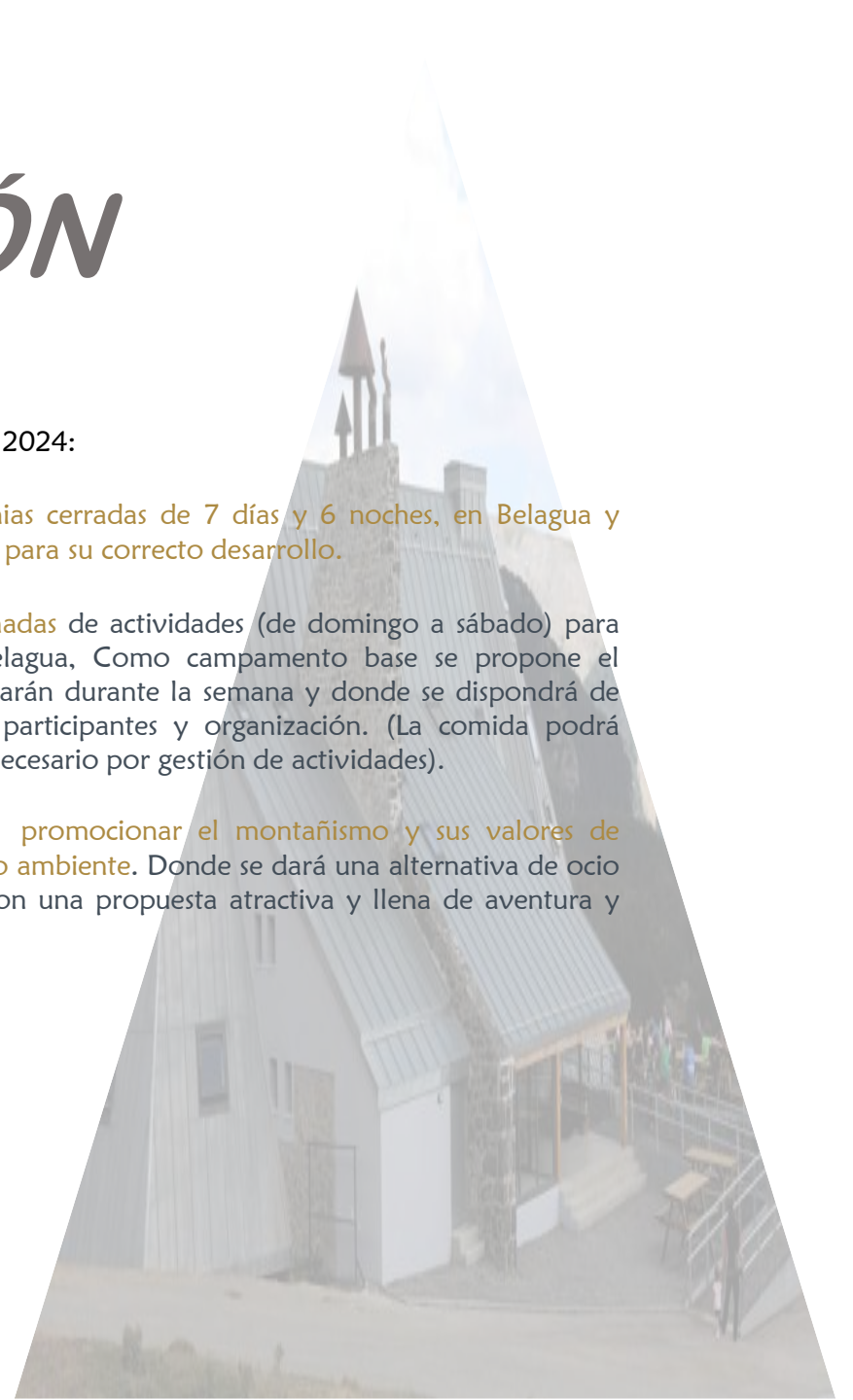
Propuesta de Colonias de montaña 2024:

7 DIAS, DE DOMINGO A SÁBADO

Propuesta para realizar unas colonias cerradas de 7 días y 6 noches, en Belagua y alrededores, con todo lo necesario, para su correcto desarrollo.

Se presentan a continuación 7 jornadas de actividades (de domingo a sábado) para realizar en los alrededores de Belagua. Como campamento base se propone el refugio de Belagua, donde pernoctarán durante la semana y donde se dispondrá de pensión completa para los y las participantes y organización. (La comida podrá disponerse para llevar cuando sea necesario por gestión de actividades).

El objetivo de esta propuesta es promocionar el montañismo y sus valores de solidaridad y respeto hacia el medio ambiente. Donde se dará una alternativa de ocio a los y las jóvenes “mendizales” con una propuesta atractiva y llena de aventura y naturaleza.



# EGITARRAUA / PROGRAMA

20 plazako programa bat proposatzen da. Asteazkenetik, 7 egunetan eta 6 gauetan egin beharreko jardueren proposamen eredu bat zehazten da. Egun bakoitzerako proposatutako jarduerak honako hauek dira:

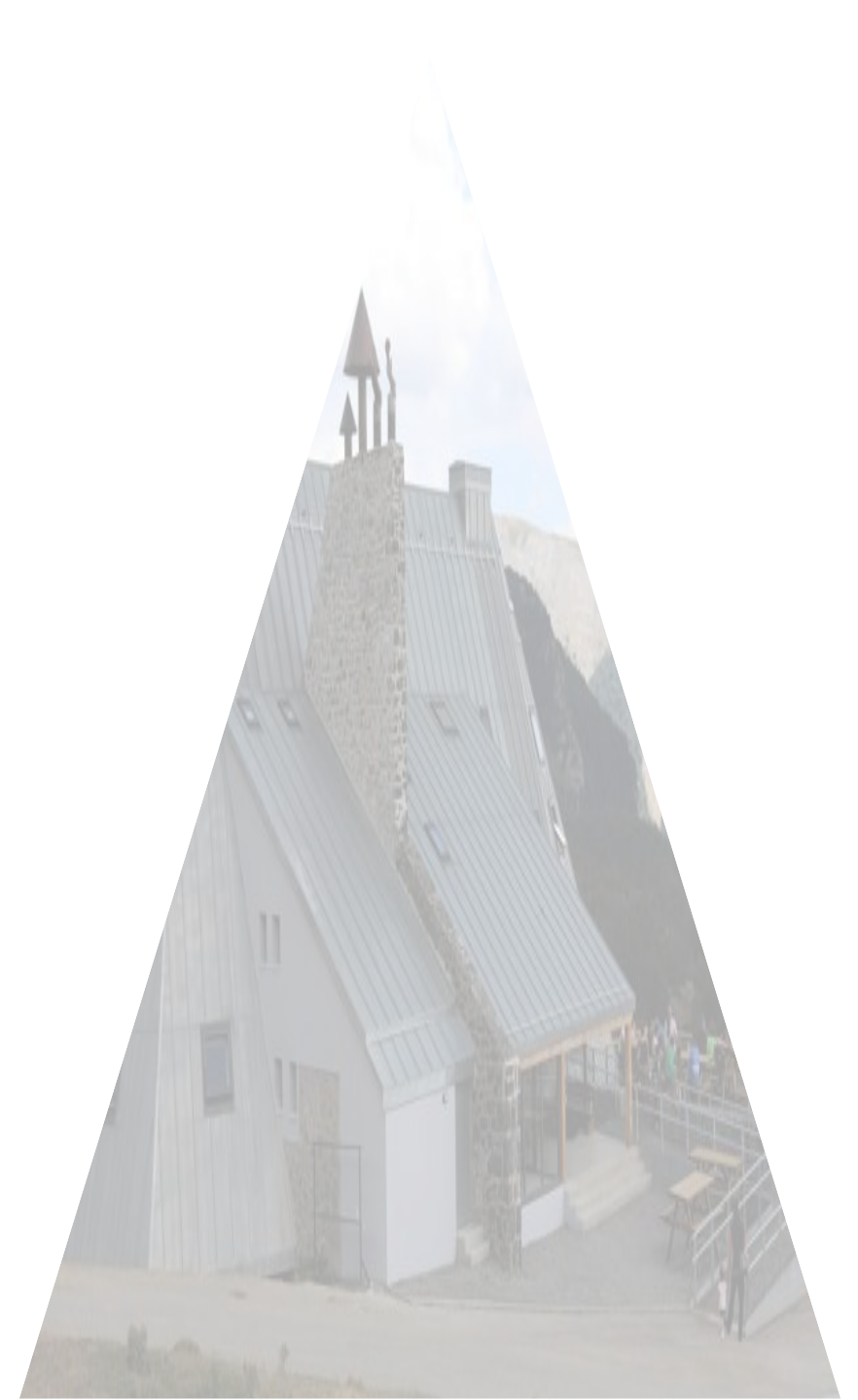
**MENDI UDALAKUAK:** Uztailaren 14tik 20ra → 12 eta 16 urte bitarteko parte-hartzaileentzat.

**PREZIOA PARTE-HARTZAILEKO** 240 € / asteko eta parte-hartzaileko

Se propone un programa para 20 plazas. Se detalla una propuesta tipo con las actividades a realizar durante la semana, 7 días y 6 noches en total en los que las actividades propuestas para cada día se detallan a continuación:

**CAMPAMENTO MONTAÑA:** desde el 14 de julio al 20 → Dirigido a participantes de 12 a 16 años de edad.

**PRECIO POR PARTICIPANTE** 240 € / semana y participante



# PROGRAMA

## ✓ 1. EGUNA / DIA 1 (igandea / domingo) →

### ONGI ETORRIA / BIENVENIDA

16.30h: HELDUERA BELAGUARA Angel Oloron

17.00h: ATERPETXEAN motxila handia utzi eta AURKEZPENA

REFUGIO DE BELAGUA; Dejar mochilas grandes y presentación.

17.00-19.45: Taldea egiten/ Creando grupo.

20.00h: AFARIA / CENA.

## ✓ 2. EGUNA / DIA 2 (astelehena / lunes) →

### MENDI IRTEERA / SALIDA MONTAÑA

08.00h: GOZARIA / DESAYUNO

09.00h: MENDIKO IRTEERA, Circular gr12 hacia rincón de Bélagoa Lapakiza

SALIDA MONTAÑA Circular gr12 hacia rincón de Bélagoa Lapakiza

17.00h: Jokoak, taldeak / Juegos, equipo...

20.00h: AFARIA / CENA.

## ✓ 3. EGUNA / DIA 3 (asteartea / martes) →

### MENDI IRTEERA / SALIDA MONTAÑA

08.00h: GOZARIA / DESAYUNO

09.00h: MENDIKO IRTEERA, Ibilbidea pikos de Lakora

SALIDA MONTAÑA Circular a pikos de Lakora

17.00h: Korapiko tailerra eta besteak / Taller de nudos y prácticas varias

20.00h: AFARIA / CENA.

## ✓ 4. EGUNA / DIA 4 (asteazkena / miércoles) →

### ESKALADA / ESCALADA

08.00h: GOZARIA / DESAYUNO

09.00h: Eskalada praktikak, rapela eta sokak / Práctica de escalada, rappel y cuerdas

14.30h: BAZKARIA ATERPETXEAN / COMIDA

17.00h: Geología eta Oinarrizko ezagutzak / Geología y conocimientos básicos

20.00h: AFARIA / CENA.

21.00h: \* Eguraldiaren arabera gabeko irteera, izarrak ikustera.

\* Dependiendo de meteorología salida nocturna a ver las estrellas.

## ✓ 5. EGUNA / DIA 5 (osteguna / jueves) → EHUJARRE

08.00h: GOZARIA / DESAYUNO

10.00h: EHUJARREa Irteera eta collado de Eraize /

Salida a la garganta de EHUJARRE circular collado de Eraize

\*Aukera lakartxela ibilbidea Arrakoko jeisiera

\*Opción Travesía de lakartxela, Descenso al río Arrako

17.00h: DENBORA LIBREA / TIEMPO LIBRE

20.00h: AFARIA ATERPEAN / CENA EN REFUGIO

## ✓ 6. EGUNA / DIA 6 (ostirala / viernes) → TRAIL ESKOLA

08.00h: GOZARIA / DESAYUNO

09.00h- 14.00: Mendi lasterketen hastapenak/ Iniciación fundamentos de las Carreras por Montaña

14.00h: BAZKARIA / COMIDA

15.30h: Mendiko lasterketei buruzko hitzaldia, EMFko teknikariek emana / Charla sobre Carreras por Montaña impartido por técnicos de EMF

## ✓ 7. EGUNA / DIA 7 (larunbata / sábado) → ORIENTING ETA ETXERA BUELTA / ORIENTING Y VUELTA A CASA

08.00h: GOZARIA / DESAYUNO

09.00h- 14.00: Orientazio jokoak eta tailerrak, koordinadak, brujulak eta mapak/ Taller de orientación Mapa y coordenadas, brújula y Juegos orientación

14.00h: BAZKARIA / COMIDA

15.30h: Mendi Udalekuen amaiera (familiaik jasotzera datoz)

Fin de campamento (Familias recogida de participantes)

## GARRANTZITSUA / IMPORTANTE:

- ✓ Udalekuetako arduradunek programan aldaketak egin ahal izango dituzte, ingurunearen baldintzen eta baldintza klimatologikoen arabera. / El personal responsable de las colonias, podrá efectuar variaciones en el programa, en función de las condiciones del medio y las condiciones climatológicas.
- ✓ Parte-hartzaile guztiek federatuta egon beharko dute / Todas y todos los participantes deberán estar federados.
- ✓ Libre dauden plazak: 20 / Plazas disponibles: 20.
- ✓ MENDI UDALEKUAK: 2012 eta 2008 urteen artean jaiotako partaideei zuzenduak (biak barne) / COLONIAS DE MONTAÑA: dirigidas a participantes nacidos entre los años 2012 y 2008 (Ambos incluidos)

## BEHARREZKO MATERIALA / MATERIAL NECESARIO

- ✓ Motxila handia / Mochila grande.
- ✓ Motxila txikia eguneko ekintzetarako / Mochila pequeña para las actividades de día.
- ✓ Loe egiteko saku fina, sabana-sakua eramateko aukera gomendagarria/ Saco de dormir fino. Posibilidad de llevar saco-sábana(recomendable)
- ✓ Eguzkitako krema eta betaurrekoak / Crema solar y gafas de sol.

- ✓ Urontzia / Cantimplora
- ✓ Bastoiak (hautazkoa) / Bastones (Opcional)
- ✓ Dutxarako eta sarbide pertsonalerako tresnak (toalla, xaboia, hortzetako pasta...). / Útiles de ducha y acceso personal (toalla, jabón, pasta de dientes...).
- ✓ Pijama (hautazkoa) / Pijama (Opcional)
- ✓ Aterperako zapatila arinak / Zapatillas ligeras para el refugio
- ✓ Frontala / Frontal
- ✓ ARROPA / ROPA:

### MENDI / MONTE

- ✓ Mendiko botak edo trekking-zapatilak. / Botas de monte o zapatillas de trekking.
- ✓ Ordezko arropa. / Ropa de recambio.
- ✓ Polarra edo, bestela, haize-mozketa (litekeena da goian hotza egotea). / Polar o “corta-vientos” (Es probable que arriba haga frío).
- ✓ Txubaskeroa (Meteorologiaren arabera). / Chubasquero (Dependiendo de la meteorología).